

**АКТУАЛЬНЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРИКЛАДНОЙ КИНЕЗИОЛОГИИ В СПОРТЕ.
ИННОВАЦИОННЫЕ ТЕХНОЛОГИИ НАУЧНО-МЕТОДИЧЕСКОГО И МЕДИКО-
БИОЛОГИЧЕСКОГО СОПРОВОЖДЕНИЯ СПОРТСМЕНОВ**

УДК 612.821

**ДИАГНОСТИКА ПСИХОФИЗИОЛОГИЧЕСКОЙ СФЕРЫ
ПОДРОСТКОВ СПОРТИВНОГО И ФИЗИКО-МАТЕМАТИЧЕСКОГО
КЛАССОВ ЛИЦЕЯ ПОЛЕСГУ**

Е.В. Бут-Гусаим, В.А. Дудко, Л.Л. Шебеко, Т.В. Маринич

Полесский государственный университет, l.lapunova@tut.by

Введение

Подростковый период жизни является наиболее уязвимым и восприимчивым к любым внешним воздействиям. Восприятие подростками информации имеет специфические особенности, которые определяются во многом: их отношением к авторитету личности своих сверстников. Именно в подростковом возрасте формируется самосознание, а это не только разнообразные формы и уровни самопознания, но и самооценка, самоконтроль. Самосознание предполагает сопоставление себя с определенным, принятым данным человеком идеалом «я», вынесение некоторой самооценки и, как следствие, – возникновение чувства удовлетворения или же неудовлетворения собой, что является основой жизненной позиции личности, с точки зрения теоретических основ психотерапии. В условиях современного длительного социально-информационного стресса у части подростков формируется устойчивое негативное психоэмоциональное состояние, препятствующее полноценному развитию подростка. Поэтому актуально своевременное выявление и устранение деструктивных изменений психофизиологической сферы подростков.

Цель работы Изучить и описать особенности психоэмоционального состояния подростков различных социальных групп; сравнить показатели стабильности и психологических тестов у подростков, активно занимающихся и не занимающихся спортом.

Материал и методы исследований

В работе была использована стабилметрия, которая проводилась на стабильном анализаторе компьютерном с биологической обратной связью «Стабилан-01-2». Стабильметрическая оценка включала 2 психофизиологических теста: оценка латеральной асимметрии (определение ведущего полушария мозга) и тест со ступенчатым воздействием (определение скорости психических процессов).

Для оценки психологического состояния были использованы следующие методики: опросник поведения и переживания, связанного с работой (AVEM), индивидуально-типологический опросник Л.Н. Собчик (ИТО), опросники

Элерса (уровень мотивации к успеху и избеганию неудач), опросник LSI (индекс жизненного стиля).

Результаты исследования и их обсуждение. В исследовании приняли участие 32 подростка, которые были распределены на 2 группы по 16 человек. Исследуемая группа состояла была представлена 16 учащимися спортивного класса лицея ПолесГУ в возрасте 15-16 лет, которые регулярно занимались плаванием и греблей на базе университета. В качестве контрольной группы были обследованы 16 подростков соответствующей возрастной категории - учащиеся физико-математического класса лицея, не занимающиеся активно спортом.

Методом компьютерной стабилотрии оценивались ведущее полушарие мозга (Тест «Оценка латеральной асимметрии») и скорость психических процессов (Тест со ступенчатым воздействием).

Исследование показало, что выполняя тест со ступенчатым воздействием, только 10 % учащихся спортивного класса и 40 % учащихся физико-математического класса обладают медленной по скорости реакцией, которая характеризуется следующими поведенческими моделями: «Пока не спланирует каждый свой шаг, не будет его выполнять. Главная цель не выполнение задачи, а не допустить «переработки». Нормальной реакцией обладают 30 % учащихся спортивного класса и 60 % учащихся физико-математического класса. Нормальная реакция поясняется как «полное выполнение задачи, обдуманно и спокойно». И только у 60% учащихся спортивного класса была выявлена ускоренная реакция, которая предполагает «выполнение задачи на подсознательном уровне, любой ценой, сначала делает шаг, а потом думает».

При проведении теста на исследование ведущего полушария мозга было выявлено, что 50 % учащихся физико-математического класса относятся к левополушарному типу. Левое полушарие отвечает за логический и аналитический подходы, которые необходимы для решения математических проблем. У 60 % учащихся спортивного класса было выявлено правополушарное доминирование, которое отвечает за обработку невербальной информации, визуальное восприятие, пространственную ориентацию и соответственно успехи в спорте.

Результаты психологического теста «Опросник поведения и переживания, связанного с работой (AVEM)» показали, что к высоким энергетическим затратам в работе готовы 50 % учащихся физико-математического класса и 25 % учащихся спортивного класса. Процентный показатель удовлетворенности жизнью достаточно высокий как у учащихся физико-математического класса, так и в спортивном классе (83 % и 85 % соответственно). Тип поведения экономичный, бережливый, со средним уровнем мотивации, энергетических затрат и профессиональных притязаний у 50 % учащихся в физико-математическом классе и у 100 % учащихся в спортивном классе. Характерной чертой этого типа является общая жизненная удовлетворенность, источником которой могут быть ситуации, не связанные с работой.

По результатам теста «Опросник LSI (Индекс жизненного стиля)» у 50 % учащихся, как физико-математического класса, так и спортивного класса, психологическая защита обследуемого в целом развита в пределах статистической нормы. Общий уровень развития психологической защиты средний: средняя интенсивность неосознаваемого ограждения обследуемым своего внутреннего мира от травмирующих переживаний путем искажения восприятия реальности. У остальных 50 % учащихся физико-математического класса общий уровень развития психологической защиты высокий: выявлено интенсивное неосознаваемое ограждение обследуемым своего внутреннего мира от травмирующих переживаний путем искажения восприятия реальности, что может явиться причиной развития психологической дезадаптации. У учащихся спортивного класса наряду с высоким уровнем развития психологической защиты единично присутствует низкий тип, который характеризуется низкой интенсивностью неосознаваемого ограждения обследуемым своего внутреннего мира от травмирующих переживаний путем искажения восприятия реальности; низкая вероятность психологической дезадаптации.

При анализе результатов теста «Опросник Элерса (Уровень мотивации к успеху)» было выявлено, что 90% учащихся как физико-математического класса, так и спортивного класса обладают высоким и крайне высоким значением мотивации к успеху. Их деятельность сопровождается выраженными положительными эмоциями (надеждой на успех, предвкушением позитивного результата, уверенностью в своих силах и другими позитивными переживаниями, непосредственно связанными с содержанием деятельности), высоким уровнем активности и инициативности в процессе работы. Таким образом, наиболее вероятна высокая эффективность и производительность труда. По результатам теста «Опросник Элерса (Уровень мотивации к избеганию неудач)» у 50 % учащихся спортивного класса средняя степень выраженности мотивации избегания неудач в структуре мотива достижения. Средний уровень стремления в процессе и результате труда избежать психологического дискомфорта, который может возникнуть в том случае, если деятельность не будет успешно реализована. Остальные учащиеся обладают высокой либо низкой степенью выраженности мотивации избегания неудач в структуре мотива достижения. Учащиеся физико-математического класса в 33% случаев обладают средней степенью выраженности мотивации избегания неудач в структуре мотива достижения, в 33 % случаев обладают высокой и 33 % низкой степенью выраженности мотивации избегания неудач в структуре мотива достижения. Низкая степень выраженности мотивации избегания неудач в структуре мотива достижения характеризуется низким уровнем стремления в процессе и результате труда избежать психологического дискомфорта, который может возникнуть в том случае, если деятельность не будет успешно реализована. Соответственно, высокая степень выраженности мотивации избегания неудач в структуре мотива достижения отличается высоким уровнем стремления в процессе и

результате труда избежать психологического дискомфорта, который может возникнуть в том случае, если деятельность не будет успешно реализована.

Результаты теста «Индивидуально-типологический опросник Л.Н. Собчик (ИТО)» позволили выявить у 50 % учащихся физико-математического класса и у 90 % учащихся спортивного класса лидерский стиль межличностного поведения, который предполагает самостоятельность в принятии решений, предприимчивость и стремление быть ведущим, а не ведомым. У остальных 50 % и 10 % учащихся соответственно стиль межличностного поведения соответствовал неконформному типу, что говорит о преобладании значимости собственного мнения над значимостью мнения группы, общественных норм и стереотипов, ориентирован на двигательную активность (спортивная деятельность, путешествия, профессии, связанные с повышенными физическими нагрузками).

Выводы

1. Стабилометрический тест со ступенчатым воздействием (определение скорости психических процессов) выявил только у учащихся спортивного класса ускоренную реакцию «выполнение задачи на подсознательном уровне». У 60 % учащихся физико-математического класса отмечалась нормальная реакция, «полное выполнение задачи, обдуманно и спокойно». Нормальной реакцией обладают и 30 % учащихся спортивного класса.

2. Исследование ведущего полушария мозга показало, что 50 % учащихся физико-математического класса относятся к левополушарному типу, а 60 % учащихся спортивного класса относятся к правополушарному типу. Доминирование правого полушария отвечает за обработку невербальной информации, визуальное восприятие, пространственную ориентацию и соответственно успехи в спорте, а левое полушарие отвечает за логику и математические способности.

3. Результаты психологического теста «Опросник поведения и переживания, связанного с работой (AVEM)» показали, что к высоким энергетическим затратам в работе больше готовы учащиеся физико-математического класса, а экономичный, бережливый тип поведения у 100 % учащихся в спортивном классе. Это можно объяснить их большими энергетическими затратами в спортивной деятельности.

4. По результатам теста «Опросник LSI (Индекс жизненного стиля)» у 70% учащихся физико-математического класса и 65 % учащихся спортивного класса психологическая защита обследуемого развита в пределах нормы.

5. По результатам теста «Опросник Элерса (Уровень мотивации к успеху)» 90% как учащихся физико-математического класса, так и спортивного класса обладают высоким и крайне высоким значением мотивации к успеху.

6. По результатам теста «Опросник Элерса (уровень мотивации к избеганию неудач)» у 50 % учащихся спортивного класса средняя степень выраженности мотивации избегания неудач в структуре мотива достижения. Остальные учащиеся обладают высокой, либо низкой степенью выраженности

мотивации избегания неудач в структуре мотива достижения. При этом 33 % учащихся физико-математического класса обладают средней степенью выраженности мотивации избегания неудач в структуре мотива достижения, 33 % обладают высокой и 33 % низкой степенью выраженности мотивации избегания неудач в структуре мотива достижения.

7. Результаты теста «Индивидуально-типологический опросник Л.Н. Собчик (ИТО)» выявили у 50 % учащихся физико-математического класса и 90 % учащихся спортивного класса лидерский стиль межличностного поведения. У остальных 50 % и 10 % стиль межличностного поведения по неконформному типу соответственно.

Литература:

1. Агаян, Г.Ц. Изучение динамики колебаний тела человека при поддержании вертикальной позы и критерии ее оценки // Кибернетические аспекты изучения работы мозга/ Г.Ц. Агаян. – М., 1970. – 75-76 с.

2. Дубровский, В.И. Экогигиена физической культуры и спорта: рук. Для спортивных врачей и тренеров В.И. Дубровский, Ю.А.Рахманин, А.Н.Разумов. – М.: Гуманитар. изд. Центр ВЛАДОС, 2008. – 551 с.

3. Смирнов, Ю.И. Спортивная метрология: учебное пособие для институтов физ.культ. М.А. Годик. – М.: Физкультура и спорт, 1988. – 192 с.

4. Хомская, Е.Д. Нейропсихология индивидуальных различий / Е.Д. Хомская, И.В. Ефимова, Е.В. Будыка, Е.В. Ениколопова. – М.: Рос. педаг. агентство, 1997. – 281 с.

5. Черникова, Л.А. Оценка поструральных нарушений в клинике нервных болезней / Л.А. Черникова. – Таганрог, 2006. – 38 с.